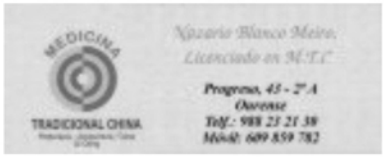
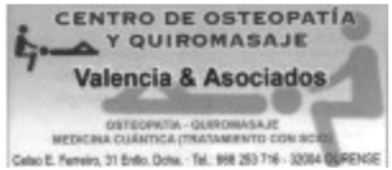
Colaboram





Organiza

aesmorga
LOCAL SOCIAL ★ OURENSE · GALIZA

I JORNADAS DE SAÚDE em Ourense

15 NOVEMBRO AO 4 DEZEMBRO 2007

15Novembro

Obradoiro de meditação.

Dorinda Udías (responsável do Dojo Soto Zen de Ourense).
O mundo em que vivemos privilegia a actividade exterior, pensar, comprar, ler, ouvir, intelectualizar, contestar...e descuida de uma forma pouco sensata a indagação interior, o que se move dentro de nós. A tradição Budista Zen está dedicada em corpo e alma a acalmar o nosso interior para tentar descobrir que há debaixo de tanta agitação.
Lugar: Dojo Soto Zen de Ourense.Travessia de Portocarreiro (rua C-5 rés-do-chão)
Hora: 20:30 Preço: 3 €

17 Novembro

Palestra-debate Recuperando a maternidade.

Intervirão: Rosa Neira (doula), Cris Galdo (O Parto é Noso), Olga Estévez (As. Pro-lactancia *Un coliño*), Marisol de Diego (matrona).
Que é um parto respeitado? É possível desfrutar do parto? Por que escolher a lactância materna? Que é uma doula? É seguro um parto em casa?
Lugar: Centro social A Esmorga (R/ Telheira 9)
Hora: 18:00

20, 27 Novembro e 4 Dezembro

Obradoiro de Autoconhecimento.

Noélia Do Rego (psicóloga).
Conhecer-se um/uma mesmo/a é o primeiro passo para se aceitar, transformar-se e poder atingir verdadeiro bem-estar psicológico.
Lugar: Casa da Juventude.
Hora: 20:00 a 21:30. Preço: 3€

23 Novembro

Palestra A atenção à enfermidade mental hoje.

Relatoras: Ramóm Muntxaraz (psiquiatra), Alfonso Lage (psicólogo) e Marta Durán (trabalhadora social).
Após mais de 20 anos da reforma psiquiátrica no estado espanhol, de aposta pola intervenção e atenção comunitária e ambulatória das pessoas com enfermidade mental crónica, avaliaremos qual é a capacidade do sistema sanitário actual para responder as necessidades destes pacientes.
Lugar: Centro social A Esmorga (R/ Telheira 9)
Hora: 20:30

24 Novembro

Obradoiro de Dinâmicas do Riso.

Fran Ameixeiras (actor, clown e monitor).
Uma fermosa maneira de descontrair, abrir a nossa capacidade de sentir, de amar, de chegar ao silêncio e a criatividade usando o riso como caminho.
Lugar: Casa da Juventude.
Hora: 17:00 a 20:00 Preço: 3€

29 Novembro

Palestra sobre Medicina Natural.

Dr. Juan Serantes Grandal (médico homeopata e acupuntor).
Cada vez são mais as pessoas que recorrem a ela buscando solucionar os seus problemas de saúde, mas ainda agora não é incluída do Sistema Público de Saúde. Conheceremos como funcionam a acupuntura e a homeopatia.
Lugar: Centro Social A Esmorga (R/Telheira 9)
Hora: 20:00

1 Dezembro

Obradoiro de Terapia do Som.

Maria del Molino (professora e música).
Alguns sons podem chegar a ter um grande poder curativo.
Se escutamos abrindo o nosso ser e deixamos que o som penetre em cada célula do nosso corpo experimentaremos os incríveis beneficios desta terapia.
Lugar: Dojo Soto Zen Ourense. Travessia de Portocarreiro, rua C - 5 rés-do-chão.
Hora: 20:30 Preço:3€.

Mais informação em http://saude.agrourense.info

Para matricular-te nos obradoiros envia um e-mail a: informacion@agrourense.info

E ademais..sorteio de uma sessão de massagem corporal relaxante